



COMUNICAZIONE EFFICACE

Le parole che non ci concediamo

*Imparare a comunicare
in maniera efficace e non violenta
ci aiuta a ristabilire una sana relazione
con noi stessi e con gli altri.*

Con la dott.ssa **Eleonora Radici**, Counselor Psicosomatico
ad indirizzo integrato e facilitatrice Mindfulness e
Francesca Gualdi, Counselor Psicosomatico Integrato.

Giovedì 4 dicembre 2025 - ore 20.30
Nembro (BG), Biblioteca Centro Cultura "Tullio Carrara"

Per informazioni: 392.664.6353
Incontri gratuiti - iscrizione obbligatoria: 035.47.13.70

Incontro successivo:
"Rabbia e gestione dei conflitti" - Giovedì 15 gennaio 2026 - ore 20.30